

PLUS ALPHA

プラスアルファ プレミアム
Premium

2012 SUMMER

夏号

【豊かなマンションライフのための情報誌】

編集・発行／あなぶきハウジングサービス 高松市紺屋町3-6 穴吹ハウジング中央通りBLD. TEL 087-822-3110 FAX 087-822-3181 <http://www.anabuki-housing.com>



俳優の道を駆け抜けてきた20代。
30代は自分を見つめ直し、人間力を磨きたい。

豊かな暮らしのヒント vol.12

要 潤さん

Jun Kaname

あなたにとって豊かな人生とはどのようなものでしょうか。
生活の中で多くを過ごす自宅での時間をいかに充実させるか、
というのが大切になってくるのではないのでしょうか。
各界で活躍している著名人の方々の自宅での過ごし方が
どのようなものか、インタビューしてみました。

暑中お見舞い申し上げます。



“しあわせ「感」理”

あなぶきハウジンググループ

<http://www.anabuki-housing.co.jp>

高校時代の挫折から、役者の道を選ぶことに。「とにかく成功したい」という一心で上京しました。

どのような少年時代を過ごされましたか？

出身地は香川県の三豊市で、家の周りは田畑が広がり、川と山に囲まれて育ちました。兄とふたりで虫取りをしたり、川で釣りをしたりと、毎日大自然の中で遊んでいましたね。今は東京で暮らしてありますが、テレビや映画の撮影などで自然の豊かなところに行くと、故郷を思い出しますね。

少年時代はスポーツが大好きで、小学校3年生から10年間、陸上ひと筋でした。高校3年生のときには、四国大会の400メートルハードルに出場。でも決勝でハードルを倒してしまつたため、失格に。それまで将来はオリンピックに行きたいという夢を抱いていましたが、その道が閉ざされてしまいました。大学に進学して陸上を続けるという選択もあつたのですが、心が折れてしまつたんです。自分の中で希望がなくなり、もう陸上をやめよう。まるで闇の中をさまよつて

ふと、俳優になろうという思いが湧いてきました。そして高校の卒業式の翌日、バッグひとつで東京へ出てきたんです。

初めての東京での暮らしぶり、俳優になるまで経緯は？

友人も知りあいもない中、不安もありましたが、「出てきたからにはとにかく成功したい」という気持ちでいっぱいでしたね。のんびりと東京観光なんてしてはられませんでした。それよりも自分のやるべきことが山積みだという思いが強かつた。履歴書を持つて何軒も俳優プロダクションを訪ねましたが、門前払いばかりでしたね。日雇いのアルバイトをしながらなんとか生活していましたが、オーディションに行つても箸にも棒にも引つからないありさまで。1年半くらいそのような生活が続

き、アルバイトをしていたイタリアンレストランでシェフになるのもいいかな、なんて夢を諦めかけていたんです。そんな矢先にスカウトされ、俳優への道が開けました。



自分らしさを見失わないためにも、絵や写真、旅を通じて自分を見つめ直しています。

実際に俳優の夢が叶つてからはいかがでしたか？

初めての仕事は仮面ライダー。昔気質の職人的なスタッフが多く、怒鳴られる毎日でしたね。どちらかというとミーハーな気持ちのまま現場に行つてしまい、演技がうまくできなかった。もう帰つてい

らに吸収してきたものを整理し、30代は自分を見つめ直す時間にしたと思っています。

休日はどうのように過ごされていますか？

絵を描いたり、写真を撮ったり、また美術館にもよく行きます。ミュージシャンやお笑いの方たちは、自分から発信することができますが、僕は

ち役をもらつて役を演じる、受身のスタイル。自分が今

聞けば答えが出るんでしょ

ことはできない。東京の街を

撮るときと、沈んでいるときに

です。だから僕は、絵を描

また長期休暇の場合は海外で

組の撮影もかねて、アフリカ



「故郷に何かを返したい」という思いが実現。今後も「うどん県」の副知事として、香川県人みんなを巻き込んで盛り上げていきたい。

うどん県の副知事としても活躍されていますね。

仕事で地方に行くと、各県特有の名産がたくさんあることにいつも驚かされます。子供の頃は気づきませんでした。大人になって香川に帰つてみると、とても素敵なお店など

なと思います。以前、出身地である三豊市のふるさと大使に選ばれたときに、僕にできることはこれだと実感しまし

た。「いつか必ず故郷に何かを返そう」と決意して、18歳で上京し、今では香川県のPRで「うどん県」の副知事に任命

していただきました。もちろんうどんも名物ですが、美術作

品が点在する直島を始め、アートに力を入れている県で

もあります。来年4月には瀬戸内国際芸術祭がスタート。

地元製作会社の方たちと一緒に企画や構成を考えながら、現代アートに関連した

香川県のPR作戦を練つていく予定です。大切なのは、僕ひとりだけでなく、香川県人み

んなで盛り上げること。もち

最後に、これからの目標を教えてください。

目標は特に決めていませんが、国内だけでなく海外にも

目を向けて、もつともつと大きな舞台に立ちたいと思つて

います。僕は決めるのが嫌いなんですよ（笑）。その瞬間思つた

ことを大切にすること、年齢を重ねてもそのスタンスは変

えないでいたいですね。また東日本大震災の後に被災地を

訪れましたが、大変な時期にも関わらず僕を温かく迎え入れてくれた東北の方たちを、

常に心に思っていました。忙し

にかまけて普段の生活に戻りがちですが、僕が俳優として

がんばっている姿を見てもらうことが、僕にできることだと

考えています。



要 潤さん Jun Kaname

【プロフィール】1981年香川県三豊市生まれ。2001年、「仮面ライダーアギト」氷川誠役で俳優デビュー。イケメンブームの代表格として、たちまち女性を中心に人気を博す。その後、16年ぶりにリメイクした昼ドラ「新・愛の嵐」で現在の特撮ヒーローから昼ドラの流れを作りその人気を不動のものとした。以降、「GOOD LUCK!!!」「動物のお医者さん」「僕と彼女と彼女の生きる道」「曲がり角の彼女」「夜王」「ヒミツの花園」「あしたの喜多善男」「キミ犯人じゃないよね」「流星の絆」大河ドラマ「龍馬伝」など多数の大ヒットドラマに出演。主な映画出演作に「CASSHERN」(2004年)、「亀は意外と速く泳ぐ」(2005年)、「UDON」(2009年)、「ビューッと吹くジャガー」(2008年)、「GOEMON」(2009年)、「パラレル」(2009年)、「라이어ゲーム-再生-」(2012年)、「ガール」(2012年)などがある。また現在、7月からスタートのフジテレビ系列毎週火曜日21時〜「息もできない夏」に出演中。要潤さんの最新情報は、下記ホームページ等で。

【要潤公式サイト】

<http://www.kaname-cafe.com/>

【要潤モバイルサイト】



くらし先どり!

Trend Navi 

01

雨の日でもしっかり除湿・乾燥できる
コンデンス除湿機 AZR

世界各国で特許を取得しているコンデンス(凝縮)方式の除湿機のハイグレードモデル。コンプレッサーを使用していない為、「フロン類」を一切使っておらず、非常にエコな近未来対応型の除湿機です。このAZRは、ツイン熱交換、セルフクリーニング、エコドライブ機能により「高機能」「長寿命」「省エネ」を実現。用途としても様々で、クローゼットや靴箱の中を除湿したり、自慢の大風量で天日干しにも負けられないと言われる布団乾燥したりと、しっかり除湿・乾燥できます。

あなぶきハウジング価格:¥59,800(消費税・送料込み)

03 日常から防災グッズとしても使える
RO浄水器 ピュア200

最も高性能な浄水フィルターであるRO膜を使用した浄水器がこの「ピュア200」です。ROタイプの浄水器の特徴は通常の浄水器のように塩素や不純物を取り除くだけではなく、例えば河川水を飲料水として利用できるレベルまで浄化することができます。RO膜を使用した浄水システムはNASAのスペースシャトルにも採用されており、安全性が高く評価されています。また工事不要でコンセントと排水ホースをつなぐだけで、設置が非常に簡単なものポイントのひとつです。日頃は飲食用に、いざという時は防災グッズとして活躍してくれます。

あなぶきハウジング価格:¥102,900(消費税・送料込み)



自動車電源でも使用可能

02 スタイリッシュなデザインと
使いやすい2WAY使用が注目の
エルゴラビード

暑い季節はお掃除をするのもおっくうですね。毎日のお掃除を快適にする為に開発されたのが、この「エルゴラビード」。コードレスかつ、軽量なのでコードを気にしたり、コンセントを差し替える必要も無く、片手で手軽に扱えます。また、この「エルゴラビード」はコードレスクリーナーとしてNo.1クラスの運転時間である約30分を実現。約120㎡を一度にお掃除できます。面倒な髪の毛のつまりも、ベッド部分のスイッチを踏むだけで、自動でカット。5秒で解決。

あなぶきハウジング価格(ラインアップ別):
¥24,800~¥34,800(消費税・送料込み)商品に関するお問い合わせは **あなぶきコールセンター**  **0800-500-5505** (24時間受付)私も、日本興亜損保も、
みどりが好き。むだが嫌い。

みどりが好きだから、なるべく環境にやさしい暮らしがしたい。

日本興亜損保も私と同じ想いなんです。

「日本興亜の森林(もり)」活動でみどりを守り、

エコ安全ドライブの普及推進でCO₂削減に貢献しています。ECORaTTa
*****さすが、わたしの保険。
ニッポン、コウア、ソニボ。

あなたを全力で支える。



日本興亜損保

日本興亜損保は、エコファースト企業です。



NKSJグループ



📞 あなぶきコールセンターの現場から

各ご家庭でできること

テレビ

- ・省エネモードがある場合はその設定にし、必要以外は消す

待機電力

- ・リモコンの電源ではなく、「主電源」を切る
- ・長時間使わない機器はコンセントからプラグを抜く
- ・使用しない部屋全体の電源は「分電盤」内の
子ブレーカーを切ることです止めることができます

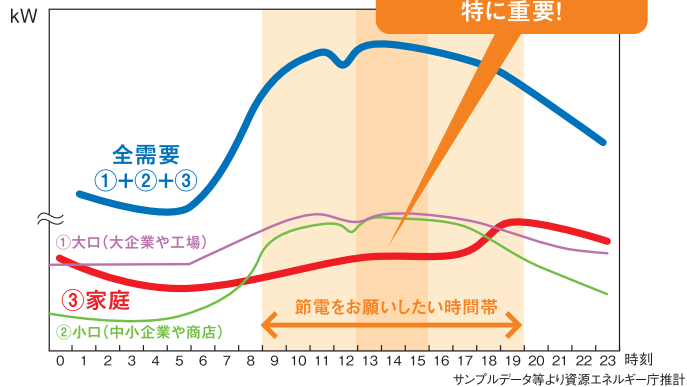
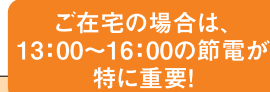
※部屋内分電盤の位置はマンションによって異なります。玄関壁面やトイレ内の上部などに設置されていることが多いです。この機会に設置場所のご確認をお勧めします。

マンション共用部などでできること

電球を付け替えてみる

白熱電球を電球形蛍光灯やLED電球に変えるだけでも高い節電効果が期待できます。

屋内でも熱中症にかかる場合がありますので適切な室温管理や水分補給にご留意いただくなど、体調管理には十分にご注意ください。
特に、幼児・ご高齢の方や体調に不安のある方はお気をつけください。



ベタベタする夏場こそ、キッチンの油汚れを落とすのに最適!

 **あなぶきクリーンサービス**

① たらいを用意し、換気扇からプロペラ部品等を外します。



(※1) 水4ℓに対しセスキ炭酸ソーダは大さじ7程度

① ダンボール等を用意し、ビニール袋をかぶせ、取り外したフード・ファン・フィルターを入れ、お湯につけ、**重曹**を溶かします。**(※2)**

2 15分以上つけ置きした後、使い古した歯ブラシ等で、汚れを落としていきます。



(※2) 40～45℃のお湯10ℓに対し重曹を1カップ程度

ここがポイント!

1. セスキ炭酸ソーダや重曹は、ホームセンターや100円ショップなどで手軽に買うことができます。換気扇のほか、ガスコンロなどの油污れにも最適です。詳しくは、各商品の取扱説明書をご確認ください。
2. 換気扇の取り外しについては、取扱説明書に従って行ってください。



セスキ炭酸ソーダ

重曹

あなぶきクリーンサービス
ビルクリーニング技能士
谷口 能子



第7回 「換氣扇」編

暑い夏、何かとベタベタして嫌ですね。そんな季節にうってつけなのが、キッチン回りの油污れです。気温が高いと、固化した油污れの分子が緩みだしますので、効果的に汚れを落とすことができます。今回は、その一例をご紹介します。



お湯のレスキュー24

業界最速対応



24時間 年中無休

ガス給湯器の故障 スピード取付サービス

急にお湯が出なくなった

どこに頼んだら良いか解らない

そんな時はお湯のレスキューにお任せ！

どんなケースでも迅速・確実対応！その日のうちにお風呂に入れます！



当日お風呂
宣言！

レスキュー宣言！

洗った君 登場！！

30分で到着！



マンション向けエコジョーズや、10年保証付セリースを活用した給湯器管理提案中！

24時間
受付対応



0120-151-026

本 社：東京都町田市南成瀬 1-2-2 MSセンタービル 4F
TEL: 042-739-7621 FAX: 042-739-7622

東京支店：東京都足立区一ツ家 1-22-21
TEL: 03-5851-0051 FAX: 03-5851-0052



お湯のレスキュー24

0120-151-026

お客様の満足度100%を目指して

即日対応宣言

24時間年中無休

7年間の保証と
修理保証

お客様満足度100%を目指して

即日対応宣言

24時間年中無休



関東エリア
中部エリア
関西エリア
北海道エリア
東北エリア
四国エリア
九州エリア

お客様満足度100%を目指して

即日対応宣言

24時間年中無休



関東エリア
中部エリア
関西エリア
北海道エリア
東北エリア
四国エリア
九州エリア

お客様満足度100%を目指して

即日対応宣言

24時間年中無休



関東エリア
中部エリア
関西エリア
北海道エリア
東北エリア
四国エリア
九州エリア

お客様満足度100%を目指して

即日対応宣言

24時間年中無休



関東エリア
中部エリア
関西エリア
北海道エリア
東北エリア
四国エリア
九州エリア

お客様満足度100%を目指して

即日対応宣言

24時間年中無休



関東エリア
中部エリア
関西エリア
北海道エリア
東北エリア
四国エリア
九州エリア

お客様満足度100%を目指して

即日対応宣言

24時間年中無休



関東エリア
中部エリア
関西エリア
北海道エリア
東北エリア
四国エリア
九州エリア

お客様満足度100%を目指して

即日対応宣言

24時間年中無休



関東エリア
中部エリア
関西エリア
北海道エリア
東北エリア
四国エリア
九州エリア

お客様満足度100%を目指して

即日対応宣言

24時間年中無休



関東エリア
中部エリア
関西エリア
北海道エリア
東北エリア
四国エリア
九州エリア

お客様満足度100%を目指して

即日対応宣言

24時間年中無休



関東エリア
中部エリア
関西エリア
北海道エリア
東北エリア
四国エリア
九州エリア

お客様満足度100%を目指して

即日対応宣言

24時間年中無休



関東エリア
中部エリア
関西エリア
北海道エリア
東北エリア
四国エリア
九州エリア

お客様満足度100%を目指して

即日対応宣言

24時間年中無休



関東エリア
中部エリア
関西エリア
北海道エリア
東北エリア
四国エリア
九州エリア

お客様満足度100%を目指して

即日対応宣言

24時間年中無休



関東エリア
中部エリア
関西エリア
北海道エリア
東北エリア
四国エリア
九州エリア

お客様満足度100%を目指して

即日対応宣言

24時間年中無休



関東エリア
中部エリア
関西エリア
北海道エリア
東北エリア
四国エリア
九州エリア

お客様満足度100%を目指して

即日対応宣言

24時間年中無休

ご相談・ご質問・設備異常・修繕依頼に関するお問い合わせは

あなぶきコールセンター

 **0800-500-5505** (24時間受付)

※一部エリアによっては対応できない場合がございますので、ご了承ください。



中四国・九州エリア初！プレゼンテーション型「人財」育成施設

香川県認定職業訓練校



あなぶきPMアカデミー

住所：香川県高松市多賀町2-8-2
ことでん長尾線「花園駅」徒歩5分
<http://www.anabuki-housing.co.jp/pm/>

「お客様に感動を伝えられる社員の育成」を目的に、「PM力（提案力・創造力・技術力）」の向上を図る為に開設したプレゼンテーション型「人財」育成施設『あなぶきPMアカデミー』。今回は、「まさか」の時に備える非常用品や、災害対策についてご紹介します。

連載第8回 非常用品・災害対策



3/11に当館で行われた防災体験会の様子



多種多様な非常食



災害時には、様々なものが必要となります



マンション単位で揃えて置きたい救助資機材



当館は、高松市より【津波避難ビル】に指定されています



万に備え、非常用備蓄品を保管しています

東日本大震災から一年を経過した今年3月11日。管理させていただいている理事長様及び防災担当者様などを対象に「防災体験会」を「あなぶきPMアカデミー」で実施いたしました。そこでは、今後各地で危惧されている地震についてのメカニズムの説明やハザードマップの見方、災害時の備えなどについてご紹介いたしました。

当施設では常時、災害時に必要な多種多様な備品や非常食などを、直接手にとって確認できるよう、展示スペースを設置しております。

私共では、『防災に強いマンションづくり』をテーマに各管理組合の方々に「自主防災組織」の立上げを推奨、支援させて頂いております。ご入居者一人ひとりが防災意識を高めることで、「いざという時」の備えとなり、ひいては地域の減災にも繋がっていきます。

「あなぶきPMアカデミー」では、マンション単位での『防災体験会』の実施も随時受け付けておりますので、ご希望の方は、コールセンターもしくは担当フロントマネージャーまでご相談ください。



非常持出品（写真は1人用）

- 貴重品（携帯電話・小銭）
- 非常食品（飲料水・非常食）
- 命を守るもの（ヘルメット・軍手・防塵マスク・タオル・多機能懐中電灯（ラジオ・充電器付）・ホイッスル・十得ナイフ・布テープ）
- 生活用品（ライター・ろうそく・雨具・ウェットティッシュ・レジャーシート・ポリ袋・新聞紙・油性ペン・使い捨てカイロ・救急箱）
- その他（生理用品・紙おむつ・ミルク（乳児用）等）

※持出品とは別に、非常備蓄品（1人3日分の食料品や簡易トイレ、卓上コンロ等）もそろえておきましょう

「あなぶきPMアカデミー」は、マンションの各設備や、大規模修繕・リフォーム・リノベーションなどの現物展示をしており、具体的に工法のメリットを実感してもらえるプレゼンテーション型施設となっております。また、実際に消防訓練などを体験したり、各種セミナーなども定期的に開催しております。



設備機器関連エリア



大規模修繕/共用部リフォームエリア



専有部リフォームエリア



管理組合消防訓練



大規模修繕セミナー

ご見学・各種セミナー等のお問合せは、管理組合単位で担当フロント、及びあなぶきコールセンター（0800-500-5505）までお気軽に！

管理会社の「人財」育成施設をバーチャル体験



「あなぶきPMアカデミー」を「360°パノラマビュー」でバーチャル体験！
詳しくは、当社ホームページ

<http://www.anabuki-housing.co.jp/>へアクセス！

住宅やあなぶきグループに関する
ニュースをお届けする

HOUSING NEWS



「部屋ナビShop」イメージキャラクター
片岡 華奈子さん（19歳）

西日本を中心に展開している賃貸仲介店舗「部屋ナビShop」の新たな顔として、オーディションを開催。全国各地から約500名の応募がありました。厳正なる審査の結果、神奈川県在住の19歳片岡華奈子さんがグランプリを受賞いたしました。2012年6月よりOAのCMを始め、店頭看板やWebなど、様々な場所に登場しますので、応援よろしくお願いします。

NEWS
部屋ナビShop
イメージキャラクター
決定！

「あなぶきPMキッズスクエア2012」

参加
無料

夏休み！家族みんなで「見て・学んで・遊ぶ！」

参加家族 大募集！



夏休みの宿題はバッチリ!?
親子で作る「竹工作」体験!!



お掃除って大変!?
ポリッシャーを使ったお掃除体験!!



遊びながら防災を学ぶ!
水消火器「的当て」ゲーム



ふじしろ先生の
「おもしろ実験!!」



あなぶきPMアカデミー
藤原館長



住所：香川県高松市多賀町2-8-2

日時

平成24年8月5日(日)

午前の部

9:30～10:00 受付
10:00～12:00 体験見学

午後の部

13:30～14:00 受付
14:00～16:00 体験見学

募集人数

親子20組40名様

(※先着順)

地図は携帯電話・スマートフォンでもご確認頂けます。

お申し込み・お問い合わせは
下記の「あなぶきコールセンター」まで
お気軽にお問い合わせ下さい。

【ご確認事項】

※参加には事前のご予約が必要です。先着順となっておりますので早めにお申し込み下さい。

※開催内容等は変更になる場合がありますので、予めご了承下さい。

※開場は開始時間の30分前からとなります。

※無料駐車場をご用意しておりますが、ご利用は事前にご予約が必要です。



ファの輪



あなたのマンションライフをより安全に、より快適に、
そして、「もしも」のときに備えるために…。

あなぶきハウジンググループでは、みなさまの交流の輪を広げるイベントや、
先の震災の教訓を風化させない防災訓練や防災体験会を行なっています。

CIRCLE of PLUS ALPHA

2012年4月14日

福岡県福岡市

防災体験会

福岡市民防災センター/西新パレス

未曾有の大災害となった「東日本大震災」から1年。また福岡県では、7年前の2005年3月20日に「福岡県西方沖地震(M7.0)」が発生し、多くの被害を受けました。
今後、こうした震災による被害をできる限り最小限にするためにも、災害に対する備えや災害に強いマンション創りに向けた取り組みとして、
福岡市及び近郊のマンション管理組合の方々にお集まりいただき、「福岡市民防災センター」と「西新パレス」の両会場にて、「防災体験会」が開催されました。

第1部 「福岡市民防災センター」



福岡市民防災センター前での受付の様子。



福岡市民防災センター内のロビーの様子。
多くの方が参加くださいました。



災害の恐ろしさや今後災害に対する備えについての映像を見ている様子。



火災時の非難について説明を受けている様子。



消火器の取扱説明を受けている様子。



水消火器を使った消火訓練。



震度7の揺れを体験。



火災時の非難について説明を受けている様子。

第2部 「西新パレス」



先だってNHKで放映された防災に関する
当社取材映像をご覧になっている様子。



地震に対する予備知識等についてご説明している様子。



地域のハザードマップを使い、
避難場所や地域特性についてご説明。



実際に備蓄品・防災グッズを展示・ご提案。



いざ被災した時の保険対応などについてご説明。



非常食を試食している様子。



AEDの必要性や使用方法などをご説明。

当日は、福岡市及び近郊から多くの方々にご参加いただき、防災に対する意識の高さが伺えました。本体験会は、2部構成で行われ、まず「福岡市民防災センター」にて、地震・強風・火災避難などを疑似体験したり、映像を通して、災害の怖さや備えについて勉強したり、いざ火災が起きたときの消火訓練などを行いました。その後、チャーターバスなどで移動し、「西新パレス」にて各マンション管理組合様向けのセミナーや備蓄品・防災グッズ・非常食のご紹介、各地域のハザードマップの見方や、いざという時のAED講習や保険講習などが行われました。「あなぶきハウジンググループ」では、未曾有の大震災での教訓を風化させることなく、こうした取り組みを通じて、マンション管理組合様や居住者様に、安心・安全な暮らしのためのご提案を、今後も引き続き行ってまいります。



マンションにも AEDが当たり前の時代に。

心臓がけいれんし血液を流すポンプ機能を失った時に、
電気ショックを与えて正常なリズムに戻すための医療機器「AED」。お住まいのマンションにAEDが設置されているかどうか、ぜひ確かめてみてください。



- ✦ より小さく、軽くなっているので、マンションの外観を損なうことなくどこにでも設置できます。
- ✦ 操作方法は音声ガイダンス付きなので、初めての方でも簡単に使用することができます。

AED基本セット料金

■ リース料 契約料金(5年契約) ※リース会社との契約が
6,660円(税込6,993円/月額) 別途必要になります。

一括購入の場合

354,000円セット(税込371,700円)

・AED本体×1台 ・電極パッド×1組
・壁掛け型収納ケース×1個 ・レスキューセット×1個

AED安心パッケージ契約

■ 安心パッケージ1 契約料金(5年契約)
3,500円(税込3,675円/月額)

■ 安心パッケージ2 契約料金(5年契約)
5,300円(税込5,565円/月額)

購入後のサポートも充実



イベントや導入した設備を募集しています

大盛況だったイベントや、導入して好評だった設備などの情報を募集しております。本紙に挟み込まれているハガキの通信欄にイベントや設備の概要をご記入の上、ご投稿ください。

プラスアル

2012年2月26日

福岡県福岡市
消防訓練
エクセルハイツ
大濠公園北



もしもの火災に備えて消火器の性能や使い方を学びました。丁寧な指導でマスターすることができました。



2012年3月4日

高知県高知市
消防訓練 & 防災訓練
アルファステイツ
宝永町桜館



マンションに地震体験車を呼び地震体験を実施。当日はあいにくの天気でしたが、40名を超える入居者の方が参加されました。



高知県の地震体験車

2012年3月25日

福岡県福岡市
消防訓練
グリーンマンション神松寺
ナチュレ



多くの方が訓練用消火器を使い訓練を行い、その後、救助訓練を体験し、助け合いの意識を深めました。



2012年3月18日

高知県高知市
消防訓練 & 防災訓練
アルファステイツ北久保



消防訓練を一通り学び、南海大地震に備え、地震体験車による地震体験を実施しました。



2012年3月25日

福岡県福岡市
消防訓練
小田部町内会(アルファステイツ室見サウス、グランアバンセ室見)



小田部町内会で消防訓練を実施いたしました。総勢60名を超える町内の皆様が参加され、大勢の人で支えあう大切さを実感しました。



2012年4月22日

岡山県岡山市
消防訓練 & 餅つき大会
アルファステイツ大元駅前



消防訓練実施後、餅つき大会をして親睦を深めました。子供たちもついたお餅を美味しくいただきました。



2012年5月13日

岡山県岡山市
消防訓練 & AED講習会
サーバス藤原西町



大勢の入居者の方が参加されました。普段経験することが少ない訓練が体験でき、災害に対する意識を深めました。



2012年5月19日

兵庫県姫路市
消防訓練
アルファステイツ姫路駅前



消防訓練と呼ばれる通報・避難・消火訓練を3つを体験。初めての取組みでしたが、今後も防災に力をいれていく予定です。



2012年5月20日

佐賀県鳥栖市
消防訓練 & AED講習会
アーサー鳥栖駅グリーンパークス



消防隊員に指導いただき、消火訓練を実施。その後、訓練用の人形を使った人命救助講習などを実施しました。



2012年5月20日

岡山県倉敷市
避難訓練 & お食事会
アルファライフ倉敷駅西



防災対策の一環として、避難訓練とAED講習会を開催。一通りの訓練が終わった後、楽しいお食事会で親睦を深めました。



2012年5月25日

岡山県倉敷市
大規模修繕完工会
アルファステイツ老松町参番館



大規模修繕工事も無事終え、苦労話をしながら楽しいひと時を過ごしました。



2012年5月26日

兵庫県姫路市
AED講習会
アルファステイツ野里駅前



マンションへのAED導入をきっかけに、使用方法の講習会を実施。多くの方が取り扱えるよう毎年実施していく予定です。



2012年5月27日

岡山県倉敷市
避難訓練 & AED講習会
アルファステイツ倉敷駅前公園通り



恒例行事になっています避難訓練。途中、消防隊員が救急出動により、消火訓練ができず残念でしたが、同時にAED講習会も行い、使用方法などしっかり身につけました。



フロントマン VOL.7 日記

日々、居住者様の快適なマンションライフの為に
東奔西走するフロントマン。
その活動レポートをお届けいたします。



あなぶきハウジングサービス熊本営業所

尾崎雄一

お客様の「こころの声」に応える

あなぶきハウジングサービス熊本営業所で所長代理兼フロント担当をしております。尾崎雄一と申します。岡山から熊本へ転勤し、早1年が経過いたしました。

さて、今回はお客様の「こころの声」についてのエピソードをご紹介します。担当をさせていただいているマンションで新旧交代の引継ぎも兼ねて、新旧役員様との懇親会を行ったときのお話です。「役員のなり手が減ってきている」、「マンション内のコミュニティ形成の重要性」、「地震が起った時の不安」など、これまで普段の会合等ではご意見がでなかったようなことをたくさんお聞きする事ができました。

その中でも特に印象に残ったのが、「管理会社は、共用部分についての維持管理がメイン。お部屋内のリフォームやちよつとした室内の修繕なんかは、自分で探す必要があるし」、「お部屋内についてはどこに相談(修繕)すべきか分からない」等々でした。築年数が25年近いマンションならではの、お部屋内に對する悩みのお話が多くありました。

弊社に何なりとご連絡いただくようお願い申し上げます。

今後とも共用部分・専有部分に関わらず、マンションに合ったイベントのご提案ができるようアンテナを張り、一層お客様に喜んで頂ける「マンション管理」しあわせ『感』に向け、日々精進してまいりますので、どうぞよろしくお願い申し上げます。

この記事・イベントに関するお問い合わせは

あなぶきコールセンター



0800-500-5505 (24時間受付)

大規模修繕を終えた今だから、 本音で話せること。

Round Table Talk

オーナー様 座談会 レポート

より快適に、より心地よいマンションライフをお送りいただくため、

「あなぶきハウジンググループ」では、マンションのオーナー様と座談会を行なっています。

今回は、「大規模修繕を終えて」をテーマに、福岡市にある「アーサー和白丘フォレスト」の大和理事長（修繕委員長）、

村上修繕委員会副委員長、奥村理事の3名にお集まりいただき、

大規模修繕を行うまでの過程や苦労話、良かったこと、気づいたことなどざっくばらんに話いただきました。

大規模修繕が始まるまでの経緯や
修繕委員会を立ち上げる時の苦労
話などをお聞かせください。

——大和理事長 築10年を目途に大規模修繕工事が必要だとわかっていましたので3、4年前ぐらい前から、管理組合で修繕委員会を作りましょうという話が出ていました。しかし、時期を決めかねていました。

——奥村理事 2005年3月に福岡県西方沖地震があつて、どこが悪くなっている部分があるのではとは思っていましたので、すぐというのは無理でも、やらなければとは思っていました。

——村上修繕副委員長 これまでに部分的な修繕を重ねていたもので、築10年を過ぎてもいいかと。しかし、ずっと先延ばしするわけにもいきません。どの程度、悪くなったら大規模修繕をすべきか決められませんでしたが。みんな素人なので、アドバイザーをもらわないと動き始められない状況でした。



大規模修繕を始めるにあたって「誰が先頭に立つの?」、「120世帯の代表として誰が口火を切るの?」と迷っていました

——大和理事長 修繕時期を遅らせた時に増える修繕コストを考えた時、管理会社からそろそろ大規模修繕に入らないといけないとアドバイスをいただき、いまが一番いい時期だということと修繕委員会をスタートさせようということになりました。

——村上修繕副委員長 しかし、いざ委員会を立ち上げようということになると、先頭に立つてやりましようという方が現れません。個々には

「グループ」の「リフォームアナブキ」さんに決めた大きな理由です。もちろん、金額や工事の内容、会社の経営状況も考慮した上ですが。

——奥村理事 わたしたちの希望は、夏にシートで覆われるのは避けて欲しいと思っていました。始まったのが秋、涼しくなつてからだだったので、問題なく、良かったと思います。

——村上修繕副委員長 施工の時期は暑い時期を外そうと、管理会社からアドバイザーがありました。正月にベランダから外が眺められるようにしましょうと。これは、管理会社からのいいアドバイスでしたね。

大規模修繕工事の内容は、どのように決めましたか? また、修繕委員会のその時の様子はいかがでしたか?

——村上修繕副委員長 修繕工事は、外壁周り、床面、ベランダなどです。地震もありましたし、この10年以上の間で、住民から直接クレームを受け、熟知されている歴代の理事長に話を聞きながら、当時の理事長へのクレームを一つひとつ、つぶしていきました。

——大和理事長 歴代の理事長は、施工時の瑕疵やクレームなどをその都度、組合代表として聞いてきましたからね。

——村上修繕副委員長 修繕委員長の役目と副委員長や他の委員の役割が大切です。たとえば、何かクレームがあると、最初に修繕委員長に話ができます。その時、修繕委員長が「こうしましょう」とは、うかつに言えません。委員長が言うのと、「委員長が言うから、そうしましょう」と決まってしまう。委員長には最終的な責任があつても、発言しなくてもいいように事前に話をしたり、他の誰かが委員長の思いを代弁したりするのです。逆に副委員長は、嫌なことと言わなければならない役目。そういう役割分担がないと、収

発足し、2週間ごとに開催。 と「委員の役割分担」が大切。

——奥村理事 修繕工事について、掲示板でも掲示されていましたが、エレベータにも、各戸にも配布されました。「このように決めましたけれど、ご不明点などございませんか」というように、こと細かくお知らせいただき、助かりました。とても、満足しています。

——村上修繕副委員長 住民とのコ



エントランスは今までの良さを活かして修繕



玄関先のモニュメントも新しくなりました



玄界灘と博多湾の間に広がる海の中道海浜公園

しも日々、塗装は大丈夫かなど、住民を代表して厳しくチェックしていきます。

——大和理事長 全体としては、「あなぶきハウジングサービス」と「リフォームアナブキ」さんはよくやってくれました。感謝していますので、個人的にはありますが、お礼状として送らせていただきました。

修繕委員会をご経験された後の今、どのようにお考えですか? 読者の方に何かアドバイスをお願いします。

——大和理事長 マンション全体のことは、結局は自分の家の資産価値とつながっているのです。できるかぎ



福岡県福岡市
アーサー和白丘
フォレスト



奥村理事



大和理事長(修繕委員長)



村上修繕副委員長

言いたいことはいつぱいあるけれど、いざ、先頭に立つては言いたくないというのが本音なのです。

それでは、どのように委員を選びになったのでしょうか。その時の状況や苦労などはいかがでしょうか？

——村上修繕副委員長 そこで、いままでの理事長経験者を核にすることにしました。あとは大規模修繕に興味がある人、希望がある人は自薦他薦構いまして募集しました。

——大和理事長 このマンションは120戸ありますから、たとえば工事関係者はおられないか、知っている範囲内でお聞きしました。その後、委員の選定は偏らないように、少し長い期間をかけて決めました。

——村上修繕副委員長 いま思えば、専門の知識を持っている人が、委員会のメンバーにいればもつとよかったです。この規模のマンションで大規模修繕するのにあたって、どれくらい予算が必要なのか……わたしたちは専門家ではないので、業者から入札して出てきた金額が妥当かどうか、チェックできませんでした。もし、ゼネコンに勤められている方がいれば、委員にならなくても、アドバイザーとして修繕委員のバックアップをしてもらいたかった。修繕委員として表に出なくても、後ろのバックアップするブレインがある二重組織にするのが好ましいのではないのでしょうか。

大規模修繕工事を「リフォームアナプキ」に任せた理由は何でしょうか？大規模修繕工事が始まった時は、いかがでしたか？

——村上修繕副委員長 このマンションは、「あなぶきハウジングサービス」が平成21年10月に管理し始める以前の（施工時からいろいろあつて、小規模な修繕をしてきた経緯があります。それを引き続きちゃんと管理してもらわなければならない。それらを熟知されているのが「あなぶきハウジン

拾がなくなってしまう。

——大和理事長 委員会は、回数も多く開催しましたね。土日は、みなさんの家の行事があるし、月曜日や金曜日は仕事で忙しく、結局、集まりやすいのが木曜日ということで、2週間に1回ぐらいいのペースで開催しました。

——村上修繕副委員長 わたしも、仕事が終わらないので、夜7時からスタートして、遅い時は、深夜0時を回ることも……。みなさん負担だったと思います。

——奥村理事 わたしたちは、100%任せつぎりでしたので、そんなにたくさん回数、集まられているの知りませんでした。工事が始まって、「あつ、始まったんだ」という感じでした。いまお聞きして、委員のみなさんは大変だったのだと思いましたし、申し訳ないという気持ちになりました。

住民の方への合意形成は、どのように図られましたか？

——村上修繕副委員長 修繕委員会は、住民から委任されている組織です。任せてもらわないと前に進みません。しかし、修繕委員会として、なぜこうなったのか説明できるように熟慮し、論議を重ねました。決めていく時の判断は、マンションができた当初の状態を基本にしました。

——大和理事長 住民の合意形成のためには「周知」が大切です。これだけ多くの世帯がおられると、どのよう



修繕委員会は終わりましたが、これからも厳しい目でチェックし続けます。自分の住むマンションなのですから。

歴代の理事長を核にして修繕委員会を合意形成を図るためには「お知らせすること」

ミニケーショの取り方も、大和委員長は素晴らしいと思います。

大規模修繕を終えたご感想は？良かったことや、気づいたことを、ぜひお聞かせください。

——大和理事長 わたしたちの思いは、事故がないように「安全第一」であることですね。次に、「工事をきちんとしてもらおうこと」、「周辺に迷惑をかけないこと」、「そして「工期をきちんと守る」ことですね。それらは守っていただきましたし、特に感心したのは、安全管理をきちんとされていまして。クレームは小さなことは何件かあったかもしれませんが、特に大きな問題はありませんでした。

——奥村理事 女性たちの間でも、日々、綺麗になってゆくマンションを見て「良かったね」と喜んでいました。

——村上修繕副委員長 清掃などの経費がかかる分については、事前に説明して欲しいです。通路側の壁の塗り方も、いい塗料素材は使いましたが、仕上りのイメージが少し違いました。施工した後どうなるのか、出来上がりのイメージを双方で共有できないといけません。また、ベランダの床は、住民の意見で3色の中から選ぶようにしたのですが、1色に合わせた方がマンション全体としての資産価値があるのではないかと後から思いました。

——大和理事長 そのような課題もありますし、修繕委員会の前委員長として、工事が終わってからの経過も見届ける責任もありますので、管理組合の理事長として残りました。

——村上修繕副委員長 大和さんがご自身からそうおっしゃられ、ありがたいと思いました。修繕工事が終わってからも、修繕委員会の務めは続いています。わた

り、マンションの価値を残したい……それがひいては自分の家の価値にもなるのです。他の修繕委員もそう思っているはずです。

——村上修繕副委員長 マンションでは、みなさん、それぞれの部屋を買いわけですね。そこに目が留まってしまう。マンションというものの自体が大きな家なのです。その感覚が修繕委員になれば養えるのかなと思います。大規模修繕は、自分が見える範囲だけでなく、マンション全体が自分の家だと気づく機会になると思います。

大規模修繕工事は、オーナーの皆さまがマンション生活を送るうえで重要な案件で、「One for all, All for one」(二人は皆のために、皆は一人のために)の精神が大切ではないでしょうか。お住まいになるオーナー様にとってのご負担を少しでも軽減するため「あなぶきハウジンググループ」では、修繕委員会の運営や修繕工事のご説明など、細かくアドバイス、フォローさせていただいております。お困りのことがございましたら、どうぞフロントマネージャーにご相談ください。



Reform Points

Y邸のリフォームポイントをご紹介します。

キッチン

- キッチンとリビングを仕切っていた壁を取り壊し、熱がこもらないオープンな空間へ。
- 壁を取り壊し、新たに設置したキッチンカウンターには大容量の収納スペースがあり、リフォームのきっかけとなった収納の問題も解決。
- キッチンパネルはホーロー製で、高級感漂う美しい表面の光沢と、カンタンに油汚れを落とせるところが奥さまのお気に入りだとか。
- 天井部にデザイン性をもたせ、またLED照明を設置することでキッチンスペースを明るくお洒落に演出しています。

before



after



after

before



料理をするのが楽しくなる お洒落でスッキリした キッチンへ。Yさん邸

「リフォームしてから、キッチンに立つのが楽しくなりました」と笑顔で話す奥さま。「つつい友人に自慢したくなりますね」と部屋を眺めて満足そうに語るご主人。キッチンをリフォームしたYさん邸の食卓には、今日も笑顔と笑い声が絶えません。



リフォームにあたり竹内が提案したイメージパース

リフォームは、愛着のある環境で、
より心地よい暮らしを手にする最善策。

17年前に新築で購入されたマンションを、昨年リフォームされたYさんご夫妻。きっかけは「キッチンやリビングに溢れていた物を片付けたかったこと」と言います。はじめからリフォームを考えていた訳ではなく、徹底して片付けをやった結果、どうしても納まりきらなかったのでリフォームに踏み切ったそう。「引っ越しも考えましたが部屋数は十分ですし、愛着もありますからね」とご主人。「緑の多い環境も気に入っていますし、住民の方も良い方ばかりですから」と奥さま。住み慣れた環境で、新しい暮らしを始めるためにリフォームを選んだといいます。

壁を取り除くことで、
熱がこもらない快適なキッチンへ。

Yさん邸のリフォームは、「キッチン」「玄関・廊下」「洗面室」と広範囲に及びましたが、中でも奥さまの強い希望により「キッチン」は大掛かりな工事が行われました。「リフォーム前は、夏になると熱がこもって暑く、外光も届かないから薄暗く、キッチンに立つのが嫌だったんです」と奥さま。そこで弊社担当の竹内は、光がしっかりと入り、熱も逃がせるようにとリビングとキッチンを隔てていた壁を取り除くことをご提案。また、天井はデザイン性を持たせ、LEDのダウンライトでキッチンスペースをお洒落に明るい空間になるよう合わせてご提案しました。リフォーム後の感想をお尋ねすると「熱がこもらないので快適ですし、主人と話しながら料理が作れるのでキッチンに立つ時間が増えました。また、コンセントやスイッチの位置がちょうどいい高さや場所に配置されていて、竹内さんの女性ならではの気配りが行き届いていた、100点満点のリフォームになりました」とご満悦の奥さま。ご主人も「以前から使っていた家具に合わせて、私たちが希望した通りのシックで落ち着いた部屋に仕上がったのは、竹内さんのセンスのおかげ」と喜んでいただけました。今回のリフォームで、これまで以上に家への愛着が深まったというYさんご夫婦。「つぎは竹内さんに、和室をリフォームしてもらおうかな」と、更なる理想の住まいに向けて、夢は広がっているようでした。

ポイントはここ！

1

商談・施工が
スムーズ

管理会社としてのノウハウや建物の構造・管理規約の制限などにも詳しいので、一般リフォーム会社より商談や施工もスムーズです。

2

安心価格

当社のスケールメリットを活かし、一流メーカーの商品も安心価格でご提供させていただきます。

3

こだわりの空間を
トータルプロデュース

福祉住環境・カラー・インテリアコーディネーターなど専門資格を持ったスタッフが快適な住空間作りのお手伝いをいたします。

4

アフターサービス
も充実

管理会社が運営するコールセンターだから安心。万一のトラブルの際にも24時間365日受付が可能です。



分譲管理事業本部
リビングサポート課
竹内 美典

インテリアコーディネーターと福祉住環境コーディネーターの資格を持つ。モットーはお客様に「満足+感動」を提供すること。



Yさんご夫婦

リフォームに関するお問い合わせは

あなぶきコールセンター



0800-500-5505 (24時間受付)

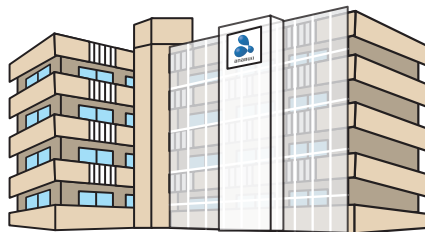
※一部エリアによっては対応できない場合がございますので、ご了承ください。



リフォームアナブキの

大規模修繕工事のススメ

マンションにお住まいの皆様であれば必ず直面する大規模修繕。大切な資産としてマンションを考えると、そのマンションをどう改良していくか考えることが大切です。大規模修繕工事のプロ集団である“リフォームアナブキ”が、お住まいの方により安心・最適な大規模修繕工事についてアドバイスします！



株式会社リフォームアナブキ
本店店長 権藤 昌章

第1回 大規模修繕の概要

JASS5※による鉄筋コンクリート耐久設定基準強度21Nmm2未満の供用限界期間はおよそ65年とされていますが、維持・管理次第では、その供用限界期間は長くもなり、短くもなります。65年とは言いましても、それは建物の骨組の部分であり、管理組合の規約では「躯体」「共用部」と規定された部分です。

但し、建物の骨組以外の部分は「躯体」より短く、屋根等の防水材・外装仕上げ材・建具・設備配管・電気配線等は、計画的な修繕に

向けての点検を行う必要があります。

これらの部位のなかで「防水材」「外装材」等について計画的に行う「修繕」と「改良」をまとめて一度に行う工事を、一般的に「大規模修繕工事」と総称しています。長期修繕計画では、通常12年周期で提案していますが、最近の実績では築12～15年程度で実施されているマンションが増えています。

(※)JASS5…日本建築学会「建築工事標準仕様書・同解説 鉄筋コンクリート工事」

大規模修繕の目的

物理的劣化

一定の年数を経ることによる
ひび割れや防水機能の
低下などの建物の傷み

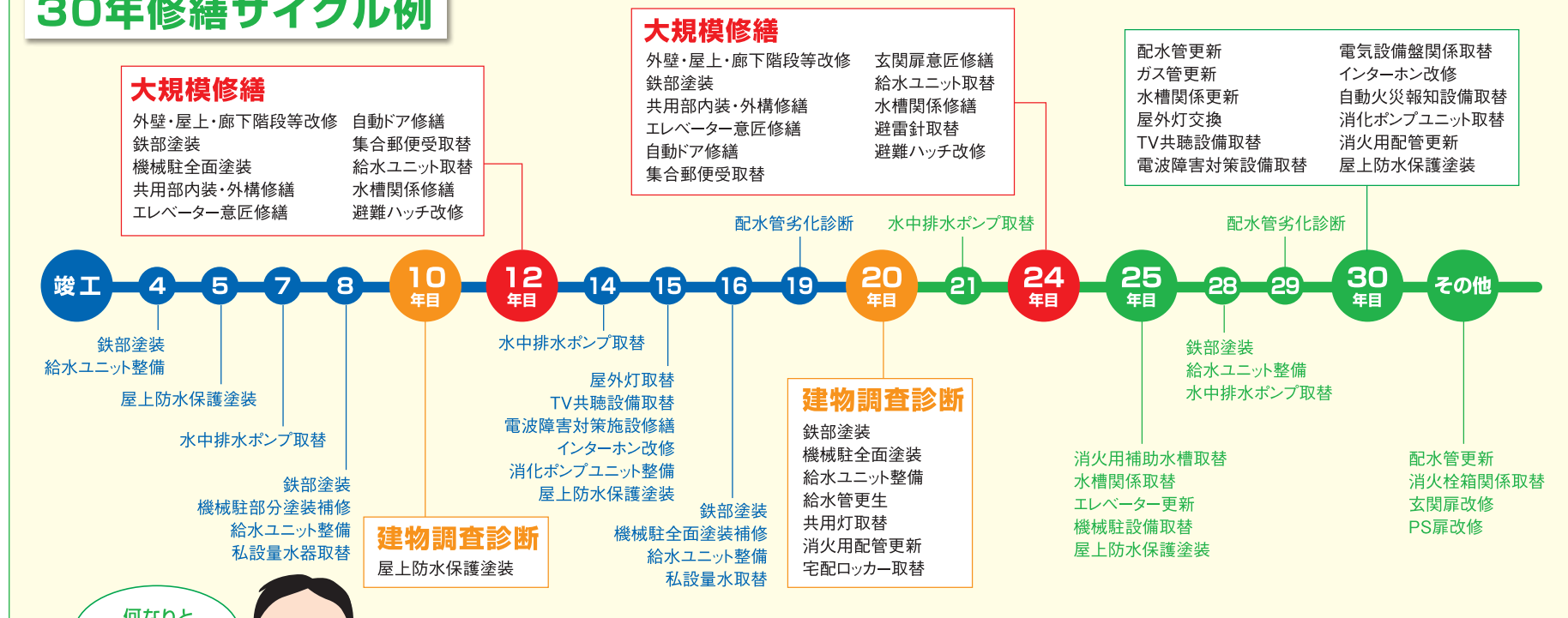
機能的劣化

建設後の技術の向上や法的規制の
変化によって遅れをとっている
性能・機能

社会的劣化

社会的要求水準が変化したことによる
現状の社会ニーズに
対応できていない仕様やデザイン

30年修繕サイクル例



私たち株式会社リフォームアナブキは、マンションの改修工事を専門とする技術者集団です。技術スタッフは全員、マンション大規模修繕工事の経験豊富な1級建築士、1級建築施工管理技士等の有資格者です。業務内容として、建物調査診断業務、設計監理コンサルタント業務、大規模修繕工事、鉄部塗装工事、屋上防水工事、室内リフォーム工事等、改修工事を主としています。

西日本最大規模“200棟以上の信頼と実績”



私たちはマンションを専門とする技術者集団です。

国土交通大臣許可(特-20)第22900号



リフォームアナブキ

1

実績

中国・四国・近畿・九州エリアで、マンション大規模修繕工事200棟以上(全て元請工事)の施工実績を活かして高品質な工事を約束します。

2

技術

マンション大規模修繕工事を専門とするプロの技術者集団として、躯体、タイル、塗装、シーリング、水等すべての工種において厳しい品質管理体制を整備しています。

3

知識

分譲マンション管理物件1,689棟(H24.3.31現在)の実績を持つあなぶきハウジングサービスのグループ企業として、マンション管理の仕組みについても熟知しており、アドバイスが可能です。

4

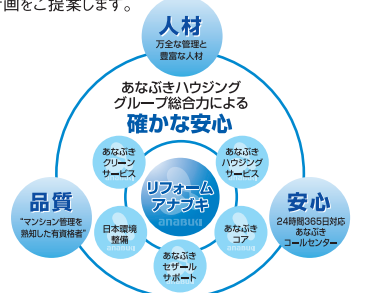
提案力

確かな施工実績に裏付けされた積極的なVE提案により、修繕工事費の縮減を行い、効率的で明確な予算計画をご提案します。

5

信頼

大規模修繕工事は、ご入居者様が日常生活を営まれる中での工事となりますので、安全確保やきめ細かな情報のご提供等、ご入居者様とのコミュニケーションを重視しています。



世界料理オリンピック銀メダリスト ★★ ★

松原 勉の三つ星レシピ

「今日の料理はいつもと違うね!」そんな言葉が家族からあがって、作るのも食べるのも楽しくなる。そんな特別感のある料理を作ってみませんか。今回は、暑い夏を乗り切るのに最適な、すっきりした味わいの三ツ星レシピを高松国際ホテル・松原料理長が皆様のために教えてくれます。



高松国際ホテル



洋食料理長 松原 勉 さん

高松国際ホテル洋食料理長を務める。歴代料理長が引き継いできた伝統の味をしっかりと守りながらも、地元の旬の素材を積極的に取り入れ、香川の味を追求し続けている。2004年にドイツで開催された世界料理オリンピック大会に出場し、3部門において銀メダルを獲得。

サクサク生地に、ふんわりキスの味わい〜「キスのフリッター 南仏プロバンス風のソース」

Merlan Friture Sauce à la Provençale



【材料】(4人分)

キス …………… 4尾
 塩、コショウ …………… 適量
 (フリッター生地)
 薄力粉 …………… 100g
 片栗粉 …………… 15g
 ベーキングパウダー …… 6g
 塩、コショウ …………… 適量
 水 …………… 適量
 (プロバンス風ソース)
 オリーブ油 …………… 15cc
 ニンニク(みじん切り) 1/2片
 玉ネギ(みじん切り) …… 1/2個
 トマト …………… 2個
 白ワイン …………… 100cc
 水 …………… 200cc
 アンチョビー …………… 10cc
 塩、コショウ …………… 適量
 バジルの葉(粗みじん切り) 3枚

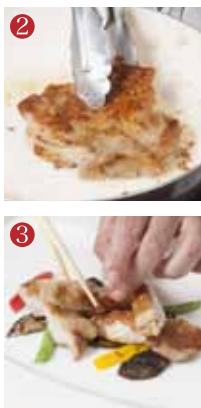
【作り方】

- ① フリッター生地を作る。薄力粉、片栗粉、ベーキングパウダーをふるいにかけ、塩、コショウし、水を入れ混ぜ合わせる。
- ② キスは水洗いし、3枚におろし、塩、コショウ、①のフリッター生地を付け、175℃の油で揚げる。
- ③ ソースを作る。鍋に、オリーブ油、ニンニクを入れ熱し、香りが出たらアンチョビーを入れ軽く炒め、玉ネギを入れ、焦がさないように炒める。
- ④ トマトは湯むきし、1cm角にカットし③の鍋に入れ、軽く炒め、水を入れしばらく煮込み、仕上げに塩、コショウ、バジルで味を調える。
- ⑤ お皿にソースを流し、揚げたキスをその上に飾って完成。



シェフからのワンポイントアドバイス

- ・このフリッター生地の配合は、素材を小麦粉でまぶす必要も無く、ベーキングパウダーと片栗粉が入ることで、家庭でも手軽にパリッと、ふっくら揚げるができる。他の揚げ物にも応用できる、万能生地。
- ・キスは、うろこを取り、3枚に下ろして腹骨をそぐように切る。より丁寧にするならば、残った小骨も、毛抜きなどで取るとよい。
- ・油の温度を少し低め(175℃)にしているのは、温度が高いと、中の素材に火が通らないうちに衣が色つき、素材の水分が残って、衣がしっとりしてしまうから。火の通りが気になるようなら、二度揚げしてもよい。



ほんのり、ガーリック＆ジンジャーの香りと酸味が絶妙なバランス☆

「若鶏のスパイス焼き マスタード風味のヴィネグレットソース」

Poulet au Épice Sauce Vinaigrette au Moutarde

【作り方】

- ① ヴィネグレットソースを作る。Aの材料をミキサーに入れしっかり回し、仕上げにBを入れ軽く回し完成。
- ② 鶏モモ肉の両面に塩、コショウ、ガーリックパウダー、ジンジャーパウダーをややしっかりとふり、味をなじませる。熱したフライパンにサラダ油を入れ、中火で皮面から焼き、蓋をして両面焼き上げる。
- ③ お皿に夏野菜をしき、②の鶏を適当な大きさにカットし、ソースをかけ完成。

【材料】(4人分)

鶏モモ肉 …………… 4枚
 塩、コショウ …………… 適量
 ガーリックパウダー …… 適量
 ジンジャーパウダー …… 適量
 サラダ油 …………… 適量
 (付け合わせ)
 夏野菜 …………… 適量
 (ヴィネグレット)
 A.リンゴ酢 …………… 40cc
 リンゴ …………… 1/8ヶ
 タマネギ …………… 10g
 ハチミツ …………… 5cc
 サラダ油 …………… 40cc
 オリーブ油 …………… 40cc
 塩、コショウ …………… 適量
 B.粒マスタード …………… 10cc
 レモン汁 …………… 適量



シェフからのワンポイントアドバイス

- ・「ヴィネグレット」とはドレッシングの意味。リンゴ酢の酸味をハチミツでやわらげつつ、後から加えるレモンの酸味で、味を引き締める。
- ・家庭でも火を入れやすいのが、鶏モモ肉の特長(縮まないように筋を切っておく)。塩は、粒の細かなものを選び、少し上の高さから均一にふりかけるとよい。コショウ・ガーリックパウダー・ジンジャーパウダーも多めにする方が、ほどよい味になる。生のニンニク・ショウガでは、焦げ付きやすくなるので注意。
- ・鶏モモ肉を焼く時は、皮から。フライパンに蓋をしながら中火で、中まで火を通す。時々、焼き色を確かめながら、5分程度でひっくり返し、蓋をして約5分。最後にもう一度ひっくり返して皮の面を、蓋をせずに30秒ぐらいでパリッと焼き上げる。

あなぶきエンタープライズ



KURASHIKI

珈琲館

1971

当店は白壁の町、倉敷美観地区の一角にある焙煎珈琲(コーヒー)専門店です。

1971年の開店より、厳選して仕入れた豆をひとつひとつさらに選り分け、培った焙煎技術とネルドリップをかたくなに守り、ひたすら美味しいコーヒーを求めつづけてまいりました。外の喧騒から離れ、まるで時がとまっているかのような店内で、珈琲のふくいくたる香りに包まれて、どうぞごゆっくりとお寛ぎくださいませ。



オンラインショップのご案内

ホームページでも商品をお求めいただけます



フレンチミックス
 1,400〜3,500円(税込)
 やや深入りをした特選ミックスです。当店の一番人気商品であり、これぞ!倉敷珈琲館と言え味です。
 ※200g ¥1,400から100g単位となります。



キリマンジャロ
 1,600〜4,000円(税込)
 アフリカ タンザニア産の珈琲豆を使用。甘い香りとともに、トロツとした酸味はストリートならではの素晴らしいです。
 ※200g ¥1,600から100g単位となります。



倉敷珈琲館特選セット
 4,700円(税込)
 レギュラーコーヒー200g×2種類、ドリップパック1種類×7包、珈琲のケーキスクス5包が入ったギフトセットです。
 ※季節等により内容が急遽変更する場合があります。

<http://www.kurashiki-coffeekan.com/e-shop/>

住所 〒710-0054

岡山県倉敷市本町4-1

TEL・FAX / 086-424-5516

営業時間 / 10:00 ~ 17:00

定休日 / 無し

岡山・倉敷でのご宿泊は
 あなぶきグループ「旅館くらしき」でぜひ

旅館くらしき
 住所 / 〒710-0054 岡山県倉敷市本町4-1
 TEL / 086-422-0730
<http://www.ryokan-kurashiki.jp/>

gourmet

編集部 おすすめグルメ～東京篇～

グルメが注目する、「やっぱり美味しい!」隠れた名店のスイーツ

世界各国から美味しいものが集まる東京は、もちろんスイーツ店もいっぱい。そんなしのぎを削る東京で、「ただ自分の味を表現するのみ」というオーナーこだわりの味を求めて、ファンが足繁く通う隠れた名店があります。今回編集部が注目したのが、フランス菓子の「オーボンヴェータン」と、和菓子の「ちもと」です。

1981年創業の「オーボンヴェータン」は、23歳から約9年間、本場フランスで修行を積み、フランス菓子の第一人者と賞される河田勝彦さんのお店です。クラシックな店内には焼き菓子、砂糖菓子、チョコレート菓子などが色とりどり並べられ、選ぶのに迷ってしまうほどの豊富な品揃え。中でもイチオシは、12種類の焼き菓子が詰まったドゥミセック。香ばしくしっとりとした味わいに加えて、プチ



ドゥミセックは、フランス語で「半乾き」という意。1300円。



右はラレット プルトンヌ210円、左はカレ アルザシアン230円。

サイズの可愛らしい見た目はおもたせにもびったり。「自分のお菓子を作ることだけに専念してきました。全部私の味です」と河田シェフ。取材

させていただいた15時過ぎには、生菓子がほぼ品切れ状態になるほどの人気ぶりでした。次に訪れた、1965年創業の和菓子店「ちもと」を代表するお菓子が「八雲もち」。手からこぼれるほどの柔らかさとカシューナッツの香ばしさが絶妙にマッチした味わいは、料理研究家にもファンが多い。その名店が夏季限定で販



八雲もち158円(一個)。お取り寄せ和菓子として、一年を通して人気。

売しているのが「かき氷」。今回はメニューの中でダントツ人気の、おまかせコースを注文。雪のようなふんわりとした氷は口に入れるとスッと消え、自家製抹茶シロップの豊かな香りが口の中いっぱいに広がります。食べ進めると、中から粒あん、こしあん、そして八雲もちや草だんごなどが現れ、一杯で何度も楽しめるというユニークな仕掛け。「たくさん食べても頭がキーンとならないとよく言われます。京都の抹茶など素材にもとことんこだわっています」と2代目の石原謙さん。

お客様が絶えない人気スイーツ店ながら、別店舗を構えることなく、創業の地で「自分だけの味」を守り続ける両店。その職人魂もファンを惹きつけてやまない理由なのかもしれませんね。



約8種類の和菓子が入った、おまかせコース1000円。練乳がたっぷり。

shop data

① オーボンヴェータン 尾山台店

電話／03-3703-8428
FAX／03-3703-0261
住所／東京都世田谷区等々力2-1-14
営業時間／9:00～13:30,14:00～18:30(平日)
9:00～18:30(土日祝)
定休日／水曜
※電話またはFAXにてお取り寄せ可能



② 御菓子所 ちもと

電話・FAX／03-3718-4643
住所／東京都目黒区八雲1-4-6
営業時間／10:00～18:00
定休日／木曜
※かき氷は7月中旬～9月中旬の販売となります。
※電話またはFAXにてお取り寄せ可能(かき氷は不可)



心あたたまり、美しく“心地いい暮らし”のためのアイテムをご紹介します

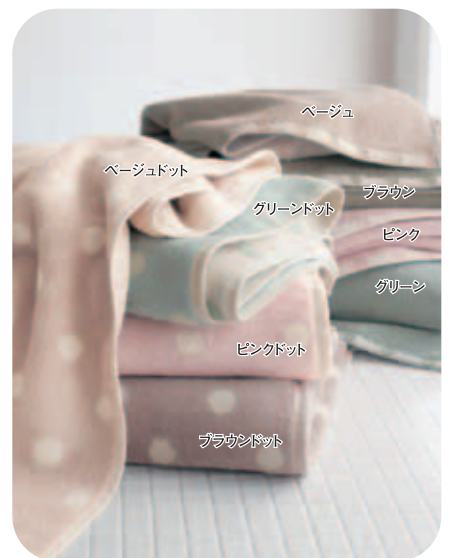
Refreshing Life

株式会社千趣会 提供

「毎日使うものだから、環境にやさしくベルメゾンからのご提案です。」

毎日使うものを環境にやさしい製品に変えてみませんか。すると、自然と環境にやさしくなれるはず。例えば、タオルをオーガニックコットンに変えてみるという発想。オーガニックコットンは、3年間、農薬や化学薬品を使っていない農地で、農薬や化学肥料を使わずに生産された綿花のこと。オーガニックコットンがもつと広がる、人にも環境にもやさしい「農薬を使わない畑」が増えていきます。私たちは、「環境にやさしい」をもつと身近にしたいと、オーガニックコットンの普及を願っています。

そのために、お求めやすい価格と、しっかりとした品質にとことんこだわりました。お手軽な価格のヒミツは、私たちスタッフが、このタオルを作っているインドに足を運び、無駄な工程を省き、流通過程をシンプルにしたため。また、糸は撚りがかかっていない「無撚糸」だから、ふっくら、ふわふわ。柔らかな感触で水分をしつかり吸収してくれます。毎日の洗顔や入浴など、お肌に触れるたび、やさしい気持ちになれるですよ。オーガニックコットンのタオルを、ぜひお試しください。



BELLE MAISON 商品のご注文は **ベルメゾン**

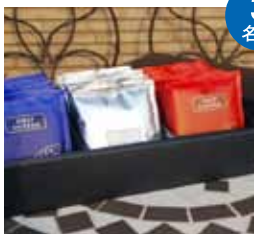
検索

<http://www.bellemaison.jp/>

お問い合わせは ☎ 0120-03-1000

Premium PRESENT

PLUS ALPHA Premiumでご紹介した、豊かなマンションライフのためのアイテムをプレゼントいたします。



3名様
あなぶきエンタープライズ様より
～白壁の町、倉敷美観地区の一角にある
1971年開店の焙煎珈琲(コーヒー)専門店～
倉敷珈琲館
「ドリップバックセット」



20名様
「Refreshing Life」コーナー
(株)千趣会様より
ベルメゾン
「オーガニックコットンの
無撚糸タオル」フェイスタオル(590円)



5名様
[ポスター]
ポスター提供:「うどん県、それだけじゃない!香川県」プロジェクト
「豊かな暮らしのヒント」に登場の
要潤さんから
サイン入りポスター&
うどん県バッジ

応募方法

本紙に挟み込まれているハガキに必要事項をご記入いただきお送りください。
応募のべ切は8月31日の消印有効です。
当選者の発表は賞品の発送をもって代えさせていただきます。

※ご応募いただいた方の個人情報は、賞品の発送の目的に使用し、応募者ご本人様の許可なく発送以外の目的では使用いたしません。プラスアルファプレミアムのアンケート回答なき場合は当選しませんのでご了承ください。

マンガde解説 マンションルールBOOK!

第6回 避難経路は大丈夫?の巻



この記事に関するお問い合わせは

あなぶきコールセンター



0800-500-5505 (24時間受付)



マンション管理に尽力されている
理事長様をお訪ねし、
日頃の活動や管理会社との
お付き合いについてお話をお伺いしました。

ひとつのコミュニティのようなお付き合い。
それが安全性の強化につながると考えています。

私が管理組合の理事になってから、もう15年が経ちます。初めて理事長になったときは、美容室の経営も忙しかつたため、私に務まるのかなと心配でした。でも理事会の先輩方や管理員さんのサポートのおかげで、なんとか仕事をこなすことができました。一人で抱えず、まず、気負わずにやること、それが一番ですね。それから副理事長などを経て、今また理事長に。当初から私が一番大中心に1件1件訪問しました。

にしているのが、「子供からお年寄りまで安心して暮らせるマンション作り」です。私たちが住む「セザール第二三ノ輪」には、ファミリー、ご高齢のご夫婦、単身者と、様々な方々が暮らしています。それぞれ住まいに求めるものは違うと思いますが、共通して必要としているのが、安全性。東日本大震災の後は、「何かあったら声をかけてください」と、お年寄り世帯を中心に1件1件訪問しました。

子供が生まれたり、子供が独立して夫婦だけになったり、また車いすや介護が必要になったりと、年月が経つと入居当初からは状況が変わってきます。まずは私が率先してあいさつをし、住民とコミュニケーションをとって住まいに関する不安や悩みを共有すること。それをつかかけに住民の輪が広がり、ひとつのコミュニティのような信頼関係を築き上げることができたらと思っています。



セザール第二三ノ輪 理事長

二坂 幸子さん

美容室経営の他、ジャズシンガーとして活躍しながら、15年間、管理組合の理事としても活動続ける、二坂理事長。マンションの住民から親しまれ、信頼される、朗らかな笑顔が印象的でした。



また、先日大規模修繕が無事終了。マンションの顔であるエントランスとエレベーターの内外装を、明るく清潔感溢れる空間に修繕しました。月2〜3回の理事会では、管理会社のあなぶきセザールサポートさんの担当者も同席し、施工業者の選定など様々な角度からアドバイスをいただきました。ときに話し合いの場では、管理組合から管理会社へ厳しい注文を出したりもしますが、いつも親身になって考えてくださり、「プロに頼るだけではなく、私たちもがんばらなくちゃ」という思いが強くなりましたね。今はとてもいい関係を築き上げられていると感じています。

自分たちが暮らしやすいマンションを作るには、誰かが率先

大規模修繕の成功は、いつも親身になつてくれる管理のプロのおかげです。

セザール第二三ノ輪

浅草や隅田川まで徒歩圏内の台東区・三ノ輪。「セザール第二三ノ輪」の近くには、西の市発祥の地と言われる鷲神社や昔ながらの商店街が広がり、下町情緒溢れる雰囲気が魅力です。マンションには40世帯が暮らし、先日大規模修繕が終了。「明るくなったエントランスやエレベーターに、住民みんなが喜んでくれています」とのこと。



5月には「スカイツリー」が開業。近くには憩いの場「隅田川」も流れる。



下町のシンボル「浅草寺」も近く、毎日たくさんの観光客が訪れる。

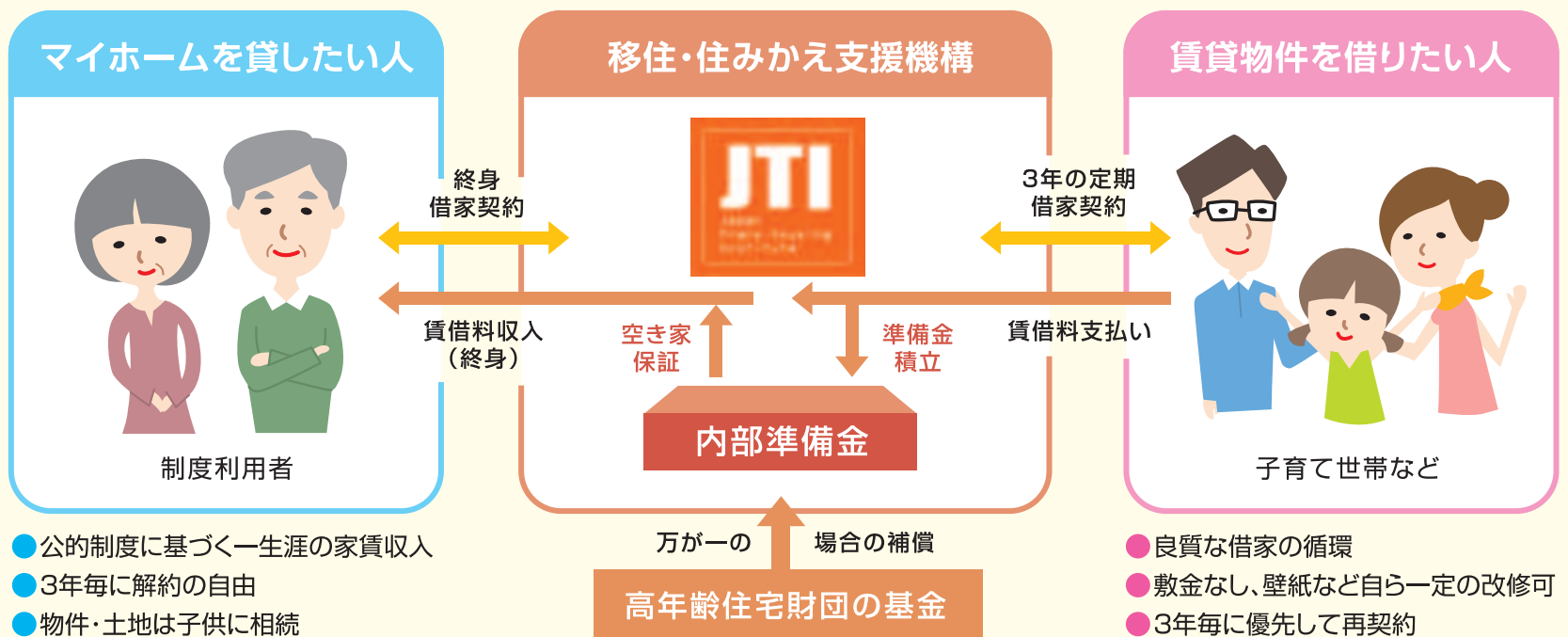


「マイホーム借上げ制度」ってご存知ですか？

一般社団法人 移住・住みかえ支援機構(JTI)の「マイホーム借上げ制度」は、シニアの皆さま(50歳以上)のマイホームを最長で終身にわたって借上げて転貸し、安定した収入を保証するものです。

これにより自宅を売却することなく、住みかえや老後の資金として活用することができます。

※当社はJTIの協賛企業です。



「マイホーム借上げ制度」の特長

ご利用の条件

- 日本国内にある住宅をお持ちの50歳以上の方
- 住宅に一定の耐震性が確保されていること

※土地や建物に抵当権などが設定されている場合、制度の利用をお断りする場合があります。詳しくは当社にお問い合わせください。

借り手がつかない時も最低賃料を保証。しかも終身まで借上げます。

制度を申し込み後、1人目の入居者が決定以降は、空家が発生しても規定の最低賃料を保証します。(査定賃料下限の85%が目安)

空室時の賃料保証に関しては、JTIの内部準備金をこれに充てますが、万一資金不足になった場合に備えて、国の基金も用意されているので安心です。

入居者とは3年の定期借家契約だから再び家に戻ることもできます。

3年毎に契約が終了する定期借家契約を活用しているため安心。賃借人が居座ったり、立ち退き料を請求されることはありません。契約を更新しなければ、マイホームに戻ることができますし、売却することもできます。

JTIが制度利用者に代わり責任を持って転貸します。

JTIが借上げて転貸するので、一般の賃貸のように家のオーナーが賃借人と直接関わることはありません。家賃の未払い、家の不適切な使用など、賃借人とのトラブルの心配は無用です。

「今の家から住みかえしたいけど、資金が・・・」、「将来子供が使うかもしれないし・・・」

「空室にしてるけど、売却は・・・」、「まだ家のローンが残っているけど、この制度って利用できるの？」

そういったお悩みは、わたしたち「あなぶきセザールサポート」のハウジングライフプランナーにお気軽にご相談ください。

お客様の大切な資産を、安心して有効活用するお手伝いいたします。

関東エリア



すぎやま ひろや
杉山 博哉



いくやま こう
生山 亨

“しあわせ「感」理”
あなぶきセザールサポート

法人番号 131000001 マンション管理業登録 国土交通大臣免許(1)第83797号/宅地建物取引業許可 国土交通大臣免許(1)第8249号

東京本店／不動産事業部PM課
東京都豊島区東池袋1丁目24-1
ニッセイ池袋ビル11階

Tel.03-5952-0180
Fax.03-5956-0233
E-mail:pm@ce-anabuki.jp

札幌エリア



みうら しゅんすけ
三浦 俊亮

“しあわせ「感」理”
あなぶきセザールサポート

法人番号 131000001 マンション管理業登録 国土交通大臣免許(1)第83797号/宅地建物取引業許可 国土交通大臣免許(1)第8249号

札幌支店PM課
札幌市中央区大通西6丁目2-6
三井生命札幌大通ビル4階

Tel.011-281-9300
Fax.011-281-9301
E-mail:sapporo2@ce-anabuki.jp



リフォームをご検討中の方、今がチャンス!

「エコリフォーム」でポイントが発行されます。ポイントはさまざまな商品・サービスに交換したり、追加工事代金への充当ができます。住宅エコポイントとは、地球温暖化対策の推進に資する住宅の省エネ化、住宅市場の活性化などのため、エコリフォームをした場合にポイントが発行され、そのポイントをさまざまな商品・サービスに交換したり、追加工事代金等への充当、そして東日本大震災の被災地へ義援金として寄付などができる制度です。

エコリフォーム あなぶきモデルパック例		98万円	税込価格 (工事費込み)	※解体費用、下地調整費等は含まれておりません。 ※写真はイメージです。
二重窓	高断熱浴槽	節水型トイレ	手すり	
YKKプラマードU (高さ1800mm×幅1700mm:2枚) 18,000ポイント	TOTOスプリノWB (1216サイズ) 20,000ポイント	TOTOピュアレストEX (ウォシュレット付) 20,000ポイント	WOODONE (I型600) 5,000ポイント	
合計 63,000ポイント				

お見積りは無料!「エコポイント」が使えるこの機会に、是非ご検討ください。

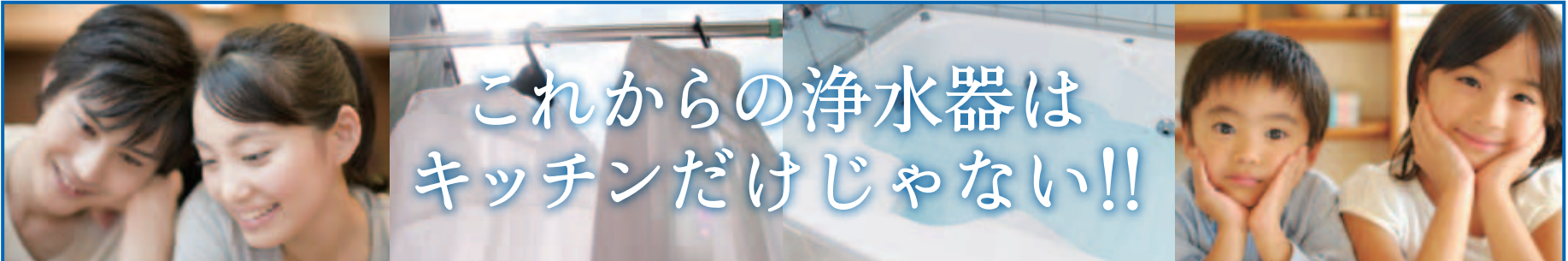
エコリフォーム (平成24年5月1日以降にポイントを申請するには、事前に予約が必要です。)				
●対象となる工事期間	平成23年11月21日～ 平成24年10月31日に工事着工したもの	●対象となる工事内容	①窓の断熱改修 ②外壁・屋根・天井又は床の断熱改修 ③バリアフリー改修(手すりの設置、 段差解消、廊下幅等の拡張)	④住宅設備(太陽熱利用システム、 節水型トイレ、高断熱浴槽)の設置 ⑤リフォーム瑕疵保険への加入 ⑥耐震改修
●発行されるポイント数	1戸あたり300,000ポイントを上限			
●ポイント申請期限	平成25年1月31日まで			

住宅エコポイントに関する詳細は、住宅エコポイント事務局のホームページ <http://fukko-jutaku.eco-points.jp> でご確認ください。※平成24年6月30日現在

あなぶきハウジングサービスが、快適なライフスタイルをサポートいたします。

この商品に関するお問い合わせは **あなぶきコールセンター** **0800-500-5505** (24時間受付)

※一部エリアによっては対応できない場合がございますので、ご了承ください。



これからの浄水器は キッチンだけじゃない!!

家中のお水を~~毎~~2,980円でキレイにしませんか?



人気の理由①

浄水された
きれいなやさしい
お湯で一日の疲れ
をリフレッシュ。

人気の理由②

歯磨きや
洗顔・洗髪も、
安全な水で安心 &
フレッシュ。

人気の理由③

キッチンの蛇口から
出る水がキレイだから、
料理がとっても美味
しく作れます。

健康・美容にとって **塩素**は有害なのです。

水道水に含まれる塩素は「細胞の劣化」や「肌の老化」を早める元凶です。人の身体には、ビフィス菌など人体に有用な菌がたくさんいます。それらの菌が皮膚や粘膜などの病気を抑制する働きを行っています。塩素によって菌がいなくなると、成人病やシミ・ソバカス・シワなど皮膚の老化を促してしまいます。また、塩素は発ガン性が確認されているトリハロメタンを発生させます。

高性能ACFフィルターで、**臭い**や**塩素**を除去。

「おみずのたび」は、吸着スピードが速く、いやな臭いや塩素を素早く除去する「ACF(繊維状活性炭)フィルター」と、幅広い細孔構造がより多くの対象物を吸着する「最高級ヤシガラ活性炭」を採用しています。また、3種類のセラミックスをパウダー化し、ACFフィルター成型時に練り込み、浄化性能を高めています。

トルマリンイオンセラミックス 遠赤外線放射セラミックス 麦飯石セラミックス

「おみずのたび」はセントラル方式の浄水器なので、キッチンの蛇口一体型の浄水器のように原水と浄水をスイッチでわざわざ切り替える必要もなく、いつでもすべての蛇口から浄水されたお水がでます。

オール浄水システムレンタル **おみずのたび**

月々 **2,980円**

※水道代は含みません。

1日の暮らしの中で使用する水の量はペットボトル(1リットル)にして、**約600本!**

しかも、3つの無料サービス付き

初期工事費 無料 取付 約30分	定期 メンテナンス 無料	フィルター 交換 無料
------------------------	--------------------	-------------------

使用料以外の費用は一切いただきません。

各種水質検査に適合

厚生労働省の定める給水装置品として水道法基準に適合しています。

耐圧性能試験
JIS S 3200-1
水道用器具-耐圧性能試験方法
による

浸出性能試験
JIS S 3200-1
水道用器具-浸出性能試験方法
による

厚生労働省令
第14号「給水装置の構造及び
材質基準」適合

(財)日本食品分析センター
「水道法水質基準試験」適合

さらに安心!!

PL保険加入商品

飲用や生活用水を供給する責任ある商品として、さまざまなアクシデントを想定した緊急保全対策を講じています。さらに、東京海上日動火災保険に加入していますので、万一のトラブルの際も速やかな対応ができます。